

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

ANNÉE 1927

THÈSE

N° 319

POUR

LE DOCTORAT EN MÉDECINE

(DIPLOME D'ÉTAT)

PAR

Charles FIDELIN

Né le 19 août 1898, à Etretat (Seine-Inférieure)

DES

EXCITANTS NATURELS

DANS

LE TRAVAIL INTELLECTUEL

Président : M. ACHARD, professeur

PARIS

IMPRIMERIE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE

JOUVE & C^{ie}, ÉDITEURS

15, RUE RACINE, 15

1927

8

FACULTÉ DE MÉDECINE DE PARIS

ANNÉE 1927

THÈSE

N°

POUR

LE DOCTORAT EN MÉDECINE

(DIPLOME D'ÉTAT)

PAR

Charles FIDELIN

Né le 19 août 1898, à Etretat (Seine-Inférieure)

DES

EXCITANTS NATURELS

DANS

LE TRAVAIL INTELLECTUEL

Président : M. ACHARD, professeur

PARIS

IMPRIMERIE DE LA FACULTÉ DE MÉDECINE

JOUVE & C^{ie}, ÉDITEURS

15, RUE RACINE, 15

1927



LE DOYEN. . . M. ROGER.

I. — PROFESSEURS

MM.

Anatomie	NICOLAS.
Anatomie médico-chirurgicale	CUNÉO.
Physiologie	ROGER.
Physique médicale	STROHL
Chimie organique et chimie générale	DESGREZ.
Bactériologie	LEMIERRE.
Parasitologie et histoire naturelle médicale	BRUMPT.
Pathologie et thérapeutique générales	Marcel LABBÉ.
Pathologie médicale	SICARD.
Pathologie chirurgicale	LECÈNE.
Anatomie pathologique	ROUSSY.
Histologie	PRENANT.
Pharmacologie et matière médicale	TIFFENEAU.
Thérapeutique	N.
Hygiène	Léon BERNARD.
Médecine légale	BALTHAZARD.
Histoire de la médecine et de la chirurgie	MÉNÉTRIER.
Pathologie expérimentale et comparée	RATHERY.
Clinique médicale	CARNOT.
	BEZANÇON.
	ACHARD.
Hygiène et clinique de la première enfance	WIDAL.
	MARFAN.
	NOBÉCOURT.
Clinique des maladies des enfants	H. CLAUDE.
Clinique des maladies mentales et des maladies de l'encéphale	JEANSELME.
Clinique des maladies cutanées et syphilitiques	GUILLAIN.
Clinique des maladies du système nerveux	TEISSIER.
Clinique des maladies infectieuses	DELBET.
Clinique chirurgicale	HARTMANN.
	LÉJARS.
	GOSSET.
Clinique ophtalmologique	TERRIEN.
Clinique urologique	LEGUEU.
Clinique d'accouchements	COUVELAIRE.
	BRINDEAU.
	JEANNIN.
Clinique gynécologique	J.-L. FAURE.
Clinique chirurgicale infantile et orthopédie	OMBRÉDANNE.
Clinique thérapeutique médicale	VAQUEZ.
Clinique oto-rhino-laryngologique	SEBILEAU.
Clinique thérapeutique chirurgicale	DUVAL.
Clinique propédeutique	SERGENT.
Sans chaire	ROUVIÈRE.
	BRANCA.

II. — AGRÉGÉS EN EXERCICE

MM.

ABRAMI . . . Pathologie médicale.
 AUBERTIN. . . Pathologie médicale.
 BASSET . . . Pathologie chirurgicale.
 BAUDOUIN. . . Pathologie médicale.
 BINET Physiologie.
 BLANCHETIÈRE Chimie biologique.
 BRULÉ. . . . Pathologie médicale.
 CADENAT . . . Pathologie chirurgicale.
 CHAMPY. . . . Histologie.
 CHIRAY Pathologie médicale.
 CLERC. . . . Pathologie médicale.
 DEBRÉ Hygiène.
 DUVOIR Médecine légale.
 ÉCALLE Obstétrique.
 FIESSINGER. Pathologie médicale.
 GARNIER . . . Pathologie expérimental¹⁰
 HARVIER. . . Pathologie médicale.
 HEITZ-BOYER Urologie.

MM.

HOVELACQUE . Anatomie.
 I. de JONG . . Anatomie pathologique
 JOYEUX Parasitologie.
 LABBÉ (Henri) Chimie biologique.
 LARDENNOIS Pathologie chirurgicale.
 LEMAITRE. . . Oto-rhino-laryngologie.
 LÉVY-SOLAL. Obstétrique.
 LHERMITTE . Pathologie mentale.
 LIAN. Pathologie médicale.
 MATHIEU . . . Pathologie chirurgicale
 METZGER . . . Obstétrique.
 MONDOR. . . Pathologie chirurgicale,
 MOURE. . . . Pathologie chirurgicale.
 MULON. . . . Histologie.
 PHILIBERT. . Bactériologie.
 RICHET Fils. . Physiologie.
 VAUDESCAL. Obstétrique
 VERNE. . . . Histologie.
 VELTER. . . . Ophtalmologie.

III. — AGRÉGÉS RAPPELÉS A L'EXERCICE

POUR LE SERVICE DES EXAMENS

MM.

GOUGEROT . Pathologie médicale.
 GUÉNIOT. . . Obstétrique

MM.

RETTERER. . . Histologie.
 TANON. . . . Pathologie médicale.

IV — AGRÉGÉS CHARGÉS DE COURS DE CLINIQUE

A TITRE PERMANENT

MM.	MM.
ALGLAVE . . Clinique chirurgicale.	LÉRI Clinique médicale.
AUVRAY . . Clinique chirurgicale.	LCEPER . . . Clinique médicale.
CHEVASSU . . Clinique chirurgicale.	PROUST . . . Clinique chirurgicale.
LAIGNEL-LAVASTINE . Clinique médicale.	SCHWARTZ . Clinique chirurgicale
LEREBoullet. Clinique médicale in- fantile.	MOCQUOT . . Clinique chirurgicale.
LE LORIER. . Clinique obstétricale.	VILLARET . . Clinique médicale.

V — CHARGÉS DE COURS

MM. MAUCLAIRE, agrégé.	{ Chargé du cours de chirurgie orthopédique chez l'adulte pour les accidentés du travail, les mutilés de guerre et les infirmes adultes
FREY.	
CHAILLEY-BERT.	Stomatologie.
LEDOUX-LEBARD	Éducation physique.
	Radiologie clinique.

Par délibération en date du 9 décembre 1798, l'Ecole a arrêté que les opinions, émises dans les dissertations qui lui seront présentées, doivent être considérées comme propres à leurs auteurs et qu'elle n'entend leur donner aucune approbation ni improbation.

MEIS ET AMICIS

A MONSIEUR LE PROFESSEUR ACHARD

Membre de l'Académie de Médecine
Officier de la Légion d'honneur

Notre président de thèse.

A NOS MAÎTRES DE L'ÉCOLE
DE MÉDECINE DE ROUEN

DES
EXCITANTS NATURELS
DANS
LE TRAVAIL INTELLECTUEL

Au moment de terminer nos études médicales allongées par la guerre qui a daigné nous épargner, nous ne saurions trop exprimer ici notre reconnaissance à tous nos maîtres de l'Ecole de Médecine de Rouen, qui ont contribué à former notre esprit professionnel.

En particulier, au D^r Née, qui fut si bon et si attentionné pour nous durant notre première année d'hôpital, ainsi qu'au D^r Foucart, qui, avec lui, guida nos premiers pas médicaux.

Le D^r Halipré, directeur de l'Ecole de Médecine de Rouen, nous accepta ensuite dans son service de l'Hotel-Dieu.

Nous avons en l'honneur et le plaisir d'être l'élève du D^r Derocque, qui nous permit de faire une bonne année de pratique chirurgicale.

Puis nous fûmes l'élève du D^r Loisel, dans son service de contagieux et d'enfants, et là, pendant trois ans, nous avons recueilli les plus sages et utiles conseils de pédiatrie, donnés avec une rare compétence.

Notre frère ensuite nous donna l'habitude de la clientèle.

Qu'il nous soit permis de remercier ici tout particulièrement M. le Pr Achard qui voulut bien nous faire l'honneur de présider notre thèse.

PRÉAMBULE

L'intellectuel qui vit des productions de son cerveau et qui parfois en acquiert célébrité et fortune, a grand intérêt à connaître les conditions qui en favorisent la qualité et la quantité.

La plupart l'ignorent, attribuant à l'instruction, à l'inspiration, un sens métaphysique ; c'est, croient-ils un don de Dieu, de la Nature, voir d'un démon, comme disaient les anciens. Ou encore une force surnaturelle, inconnue, qui éclate au moment où on s'y attend le moins : quand elle vient, il faut en profiter, on lui obéit. Un auteur du dix-huitième siècle, Zimmermann disait :

« On n'écrit pas bien, si l'on n'y est entraîné par une impulsion intérieure, si l'on n'épie les précieux instants où la tête est libre et le cœur animé, alors on ne se dit pas « Dois-je écrire ou non ? » Il faut écrire ».

Les romantiques de 1830, Chatterton, Alfred de Vigny, A. de Musset... attendaient l'inspiration comme la Pythie de Delphes attendait qu'Apollon la possédât.

« L'artiste, dit Balzac, ne s'appartient pas. Il est

le jouet d'une force éminemment capricieuse. Tel jour et sans qu'il le sache, un air souffle et tout se détend. Pour un empire, pour des millions, il ne toucherait pas son pinceau, il ne pétrirait pas un fragment de cire à mouler, il n'écrit pas une ligne. Un soir, au milieu de la rue, un matin en se levant, ou au sein d'une joyeuse orgie, il arrive qu'un charbon ardent touche ce crâne, ces mains, cette langue. Tout à coup un mot réveille les idées, elle naissent, grandissent fermentent. » D'ailleurs Balzac, s'il a éprouvé l'inspiration, a bien souvent travaillé en dehors d'elle, pour réaliser son œuvre immense.

Fromentin parle de la petite fièvre par laquelle il se reconnaît apte à la composition d'un bouquin, et malheureusement des longs intervalles et des années qui séparent un livre d'un autre, en sorte que lorsqu'il se remet à la copie il est incertain s'il sait encore écrire.

Nietzsche dans *Ecce homo* décrit éloquemment son inspiration :

« Tout cela se passe sans que notre liberté y ait aucune part, et pourtant nous sommes entraînés comme en un tourbillon par un sentiment plein d'ivresse, de liberté, de souveraineté, de toute puissance, de divinité. Ce qu'il y a de plus étrange, c'est ce caractère de nécessité par quoi s'impose l'image, la métaphore : on perd toute notion de ce qui est image métaphore, il semble que ce soit toujours l'expression la plus naturelle, la plus juste, la plus simple, qui s'offre à vous. On dirait vraiment que,

selon la parole de Zarathoustra, les choses elles-mêmes viennent à nous, désireuses de devenir symboles — « et toutes les choses accourent avec des caresses empressées pour trouver place en ton discours, et elles te sourient, flatteuses, car elles veulent voler portées par toi. Sur l'aile de chaque symbole tu voles vers chaque vérité. Pour toi s'ouvrent d'eux-mêmes tous les trésors du Verbe, tout Etre veut devenir Verbe, tout Devenir veut apprendre de toi à parler. »

Les physiologistes qui ont étudié cette inspiration prétendue mystérieuse nous révèlent ce qu'elle est.

Prenons le neurone, l'énergie nerveuse qu'il fournit est analogue aux autres énergies physiques, elle obéit aux mêmes lois énergétiques que ces dernières. L'excitant du neurone transforme son énergie potentielle en énergie actuelle, il joue le rôle de l'étincelle vis-à-vis de la poudre. Puis le neurone, ayant dépensé son énergie, aboutit à une phase d'épuisement. Cela se produit, dit le physiologiste Starling, pour tous les agents physiques ou chimiques qui intéressent la cellule. Or, il est des excitants artificiels et naturels. Les artificiels sont les poisons narcotiques. Les travailleurs intellectuels quand ils en usent, recherchent la phase d'excitation. Elle s'accompagne d'une vascularisation plus active du cerveau, due à un état congestif (Mono). Mais la deuxième phase d'épuisement caractérisée par le repos, le sommeil, la vie latente, succède, plus ou moins vite suivant les sujets. Les intellectuels renouvel-

lent, augmentent les doses... et bientôt la déchéance arrive. Alcool, opium, haschich, éther..., toutes ces drogues ont été démontrées être ou bientôt devenir néfastes au travail intellectuel.

À l'opposé des excitants artificiels, il est des excitants naturels, c'est-à-dire donnés par le milieu où nous vivons, lumière, chaleur, sons, odeurs, etc... Leur action sur le neurone, pour être de même ordre (phases d'excitation, puis de fatigue), est moins brutale, plus aisée à régler, par conséquent sans danger. Il convient de les offrir aux intellectuels, leur apprendre à les connaître. C'est l'étude, trop négligée et pourtant d'un intérêt immense, des excitants naturels que nous avons voulu tenter.

CHAPITRE PREMIER

LES CATÉGORIES D'EXCITANTS NATURELS

I. *Les contractions musculaires.* — II. *Le centre moteur d'articulation.* — III. *Les odeurs.* — IV. *La chaleur et la lumière.* — V. *Les sons.*

Les excitants naturels varient suivant le sens auquel ils s'adressent. Nous avons ainsi, l'odorat, l'ouïe, la vue, le sens musculaire...

L'intellectuel peut recourir indifféremment à l'excitant de tel ou tel sens, même en adopter plusieurs. Pline le jeune avait cet éclectisme : « Le matin il travaillait les fenêtres fermées, puis il dictait fenêtre ouverte, se promenait continuant à composer et à dicter, montait en voiture « et là, dit-il, mon attention étant ranimée par le changement, je reprends l'ouvrage entrepris pendant que j'étais couché ou que je me promenais. » Ensuite il dormait un peu, puis se promenait, se baignait, mangeait, parfois montait à cheval, recevait ses amis, etc...

Mais en général, l'intellectuel choisit un excitant naturel pour lequel il a une prédilection. Nous étudierons successivement les diverses catégories d'excitants naturels.

I. — LES CONTRACTIONS MUSCULAIRES.

Les contractions musculaires agissent sur le cerveau de deux façons : d'abord par excitation du sens musculaire ou cénesthésie, ensuite en activant la circulation et en favorisant l'irrigation sanguine du cerveau.

Plusieurs intellectuels pratiquent avant leur travail un exercice physique : Haraucourt avant de prendre la plume se livrait au pugilat et soulevait des haltères. Richepin se contentait des haltères et du trapèze.

Un exercice plus aisé et par suite plus pratiqué, consiste dans la marche.

Beethoven, dès qu'il avait en tête un thème à son goût, s'enfuyait, abandonnant amis, projets, souvent même situation, pour courir à travers champs le carnet à la main (Schindler). Il se promenait seul parfois des journées entières et composait en marchant. Le mouvement de ses jambes était utile à l'activité de son génie. Il n'écrivait jamais une note avant que le morceau n'ait été achevé dans sa tête.

Mozart avait deux passions, des démenagements et de la promenade : le froid, le chaud, la grêle, rien ne l'arrêtait pour sa promenade d'après déjeuner à une heure.

De même Chopin marchait puis écrivait quand le morceau qu'il avait dans la tête était achevé.

Les écrivains et les poètes en usent de même.

Mistral composait en se promenant. Victor Hugo, dans la fièvre de la composition marchait en ronchonnant, puis il écrivait debout : il avait fait fabriquer un pupitre exprès pour cet usage, que l'on voit aujourd'hui dans son musée. Il jetait par terre les feuillets, qui s'entassaient en couches superposées.

Beaucoup de nos contemporains ont affectionné la marche. Gounaud se promenait quand « le morceau ne venait pas ». Rollinat ne pouvait écrire à une table ; il composait en marchant (Goncourt, *Souvenir*, t. IX, p. 194). François de Curel marche rapidement pour sequestrer son esprit trop facile à distraire (A. Binet, *Année psychologique*, année 1903).

Dans le feu de la composition, Catulle Mendès se promenait de long en large, puis venait écrire à son bureau.

Jean Lombard marchait énormément.

La marche peut devenir une nécessité pour l'intellectuel. Ampère ne pouvait expliquer nettement ce qu'il savait le mieux sans faire de mouvement. Ses éminentes facultés, sa verve, s'éteignaient dès qu'il s'asseyait devant un bureau. Pour lui « être assis, devant une table, une plume à la main, est le plus pénible, le plus rude des métiers ».

D'autres auteurs arrivent rapidement à la fatigue musculaire et par elle à la fatigue cérébrale. Ils répugnent à tout exercice. Même un exercice passif leur est contraire.

On voit ces affaiblis s'arrêter de marcher ou de manger pour parler, émettre une idée.

Ainsi E. de Goncourt écrit dans ses *Souvenirs* (t. IX, p. 254) : « Je ne connais pas d'ennui pareil à celui du chemin de fer, un ennui si démoralisant qu'il est impossible de penser sérieusement à une chose, et que ce n'est dans le secouement de votre cervelle qu'une succession de choses fugaces et bêtes ». Et il se contredit quand (t. VI, p. 29) il raconte qu'il a dessiné en chemin de fer les scènes des frères Zemganno. Sans doute a-t-il eu dans chaque cas une autre disposition physiologique.

Les inaptes aux exercices musculaires trouvent, pour faire affluer le sang au cerveau, des procédés de mécanique statique ingénieux.

Descartes pour travailler restait couché gardant l'immobilité, et Cujas ne travaillait avec fruit qu'étendu de son long sur un tapis ventre contre terre. Bossuet enveloppait sa tête de linge chaud pour échauffer le cerveau.

Pour chasser le sang vers la tête, Schiller et Gretry mettaient leurs pieds dans la glace : Chateaubriand dictait un article à son secrétaire, en se promenant pieds nus sur le carreau glacial de sa chambre.

D'autres empêchent simplement leur tête de se refroidir : Victorien Sardou quand il composait, n'abandonnait jamais sa calotte de velours noir.

Milton resta toujours enveloppé d'un vieux manteau de laine quand il composa le *Paradis perdu*.

D'ailleurs n'est-ce pas un massage qu'on accomplit quand on se gratte la tête, moyen dont bien des intellectuels ne se font pas faute.

II. — CENTRE MOTEUR D'ARTICULATION.

Sans vouloir que les idées naissent de notre centre moteur articulaire et qu'elles n'existent que lorsqu'elles se sont accrochées à un mot, thèse qu'ont soutenue bien des philosophes, il faut admettre que le langage est une bonne part de notre intelligence. Par suite, il est légitime que bien des intellectuels s'excitent à leur travail par la conversation : ils œuvrent, ils découvrent, ils inventent en causant. Ils causent parce qu'ils sont moteurs d'articulation, et profitent de cette faculté pour créer et améliorer leur œuvre.

Les mêmes qui écrivent mal étant à froid, sont échauffés par le lieu, par l'assistance et parlent bien (Pascal, *Pensées*, ch. 7, p. 168).

Pour eux cette méthode est obligatoire ; étincelants causeurs, une fois la plume à la main ils ne trouvent plus rien. « Je ne peux pas, disait Ch. Robin à E. de Goncourt (*Souvenirs* t. 5, p. 12). Je n'ai pas la combinaison écrite dans la conversation ; il m'arrive quelquefois de donner la notion des choses.. Mais le lendemain, à froid, une plume à la main, ce n'est plus rien. » Les uns racontent à des amis, à

des indifférents, l'œuvre à laquelle ils travaillent. Mme de Staël causait sans rien écouter (Goethe conversation avec Schiller, page 62). Xavier de Maistre déclamait à haute voix *Ossian* pour exciter sa verve poétique. Cimarosa composait sa musique en prenant part à la conversation. Beethoven, en composant, fredonait ou chantait à pleine voix et, devenu sourd, il continua. Balzac racontait ses œuvres, les lisait », d'après G. Sand (*Histoire de ma Vie*, livre IX, chapitre 15, p. 13). Ferdinand Fabre racontait ses romans à ses amis. Alphonse Daudet aimait à dire ses romans (*Trente ans de Paris*, p. 311).

Ces auteurs causaient pour exciter leur centre moteur articulaire ; l'idée venait en causant.

De plus c'est pour eux un délassement comme une récréation ; ou encore obsédés par leur travail ils ne savent plus parler d'autre chose.

Un grand nombre causent pour pousser leurs interlocuteurs à répondre, et profiter de leurs idées. De Goncourt invoque, dans son roman *Ch. Demailly* (p. 160). « La bataille des paroles et des idées, la lutte ardente de la causerie ». Michelet, après son cours, répondait aux questions qu'on lui posait et de là tirait des recherches nouvelles (Michelet, *Ma Jeunesse*). « Professer donne des idées », nous a dit un préhistorien connu, Adrien de Mortillet.

Si la parole ne fait pas toujours éclore des néo-idées, tout au moins elle classe et éclaire les idées qu'on avait confuses. Charles Martin confessait que

le professorat oblige à éclaircir et à résumer ses idées. Alphonse Daudet voyait l'effet de ses contes sur ses auditeurs.

A défaut d'interlocuteur ou d'auditeur, les isolés ruminent leurs phrases et leurs pensées quand ils se promènent, comme Racine et Jean-Jacques Rousseau ; et cette opération préliminaire accomplie, ils s'isolent.

III. — LES ODEURS.

Le sens de l'odorat, de première importance chez la plupart des mammifères — tout un lobe du cerveau lui est consacré — est bien diminué chez l'homme qui ne possède que deux rubans olfactifs. Pourtant on sait que, chez certains individus, son action sur l'esprit peut être efficace. On a cité des gens qui se prenaient d'un vif amour pour une femme, à la seule perception de son odeur. On sait le rôle des odeurs dans les troubles anaphylactiques. Un ami, qui en avait fait l'expérience, m'a rapporté que les wagons de truffes qui allaient de Vaucluse à Paris étaient accompagnés par un gardien ; l'excitation nerveuse qu'il éprouvait à leur odeur, d'abord agréable, devenait vite extrêmement pénible. On sait encore que certaines odeurs éveillent fortement dans la mémoire les images visuelles des paysages notamment et des êtres à qui elles ont été associées. Elles rendent ces images bien plus vives.

Il n'est pas étonnant que quelques intellectuels

aient mis à profit cette excitation de l'odorat. L'exemple le plus connu est celui de Schiller. Goethe rapporte qu'ayant senti chez son ami une odeur détestable, il ouvrit le tiroir de sa table de travail et le trouva rempli de pommes pourries. Schiller ne pouvait vivre et travailler sans cette odeur à laquelle il associait un jour tamisé par des rideaux rouges.

D'autres ne peuvent travailler sans priser ou sans fumer, et l'odeur excitante du tabac semble être pour quelque chose dans cet esclavage.

IV. — CHALEUR, LUMIÈRE.

En général les intellectuels se trouvent bien de la lumière et de la chaleur. Ils travaillent mieux au soleil des belles journées d'été. Il y a longtemps que le peuple a observé que les méridionaux s'enivrent de soleil. Mais une lumière trop vive, une chaleur trop forte produisent une torpeur, un engourdissement au même titre qu'un froid intense; l'homme, comme bien des animaux dans les pays méridionaux, se résigne à dormir l'après-midi quand le soleil darde trop fort. Je citerai une observation inédite que j'ai prise à ce point de vue.

OBSERVATION.

« D^r A..., 55 ans, s'adonne aux recherches de laboratoire et à la littérature. Pèse 63 kilos, taille 1 m. 72. Il est brun, vif, sec émotif, sympathicotonique.

« Il a le travail facile. Il fait celui de recherches le matin, vers quatre heures, au réveil, quand tout est plongé dans le silence. Il aime écrire et travailler dans la lumière et le soleil. Il fut élevé à Marseille, où il se promenait tête nue par les plus grandes chaleurs de l'été. C'est dire qu'il ne craint pas les coups de soleil, y étant habitué. Le soleil, dit-il, excite son cerveau et l'inspire. Je lui demande alors de se livrer à l'expérience suivante : après déjeuner à quatorze heures, s'étendre dans la prairie et réfléchir, s'il peut. Nous sommes en août, il fait au soleil 51 degrés. Il accepte et s'y étend, vêtu de ses habits d'été et la tête couverte d'un chapeau de paille. Il y reste une demi-heure et rapporte qu'il a été très vite engourdi, le cerveau vide d'idées, mais il ne s'est pas endormi complètement. »

Cette simple expérience montre combien, dans ces ordres de recherches encore à peine tentées, il faut être précis. La plupart ne seraient contentés de noter que le soleil excitait l'idéation chez A.

Un appartement toujours obscur pèse à l'intellectuel : il évoluera vers un destin médiocre si, dès sa jeunesse, il a toujours habité un logis obscur. Dans la lumière, il faut distinguer l'action des divers rayons. Ceux ultra-violets excitent et stimulent fortement l'esprit (Saidmann). Mais les autres rayons lumineux semblent avoir quelque efficacité. Parmi les intellectuels qui travaillaient la nuit, il en fut comme Balzac et Alfred Musset, dont le génie exigeait l'éclat de nombreuses bougies. Zola faisait de même le dimanche ; c'était par habitude, car allant

au bureau en semaine dans la journée, il n'avait eu longtemps que ses soirées pour écrire.

La pression atmosphérique a grande influence sur le cerveau. Beaucoup de nerveux sont sensibles à la *baisse barométrique*. Ils deviennent agités, inquiets, mal à l'aise à l'annonce d'un orage. Darwin accusait alors une paresse intellectuelle, Goethe déclara que l'orage était défavorable à sa production (Goethe, *Conversation*, t. II, p. 223).

LES SONS.

Beaucoup d'intellectuels *excitent leur cerveau par les sons*. On trouve ce moyen pratiqué dans toutes leurs professions : littérateur, musicien, peintre, etc. Ainsi, avant le travail, un musicien comme César Franck tapait sur son piano, un naturaliste comme Darwin raclait son violon. Mais, durant ce travail, il ne fallait pas à ce dernier de musique parce qu'« elle l'excitait trop fortement en le faisant penser trop longtemps à l'objet de ces recherches ».

Nous rapportons l'anecdote suivante que nous avons trouvée dans Brierre de Boismont : « Un des plus célèbres prédicateurs du siècle de Louis XIV avait l'habitude de s'enfermer au fond de ses appartements. Personne ne pouvait alors pénétrer jusqu'à lui ; ses gens avaient reçu à cet égard les ordres les plus précis. La curiosité ou l'attachement l'emporta sur la défense. Profitant d'une porte laissée ouverte, le valet de chambre se glissa dans le lieu prohibé. Tout

surpris d'entendre des airs de violon, il s'arrête, cherche à savoir d'où ils viennent, acquiert la certitude qu'ils partent de la chambre de son maître, et applique son œil au trou de la serrure, il le voit en chemise, jouant du violon, dansant jusqu'au moment où, épuisé, couvert de sueurs, il s'asseyait devant son bureau et se met à écrire. » C'est ainsi que fut découverte après un secret de plusieurs années, la manière dont l'orateur chrétien composait ses admirables sermons. »

La plupart se contentent, comme Milton, Alfieri, Schiller, de s'entraîner au travail en attendant un peu de musique. Cimarosa trouvait les plus beaux motifs de ses opéras au milieu du bruit.

La qualité du son n'est pas indispensable : même l'orgue de Barbarie, le phonographe agissent sur certaines natures. Citons Salieri musicien du *xviii^e* siècle, qui trouvait l'inspiration dans la foule, Ferdinand Paer, qui composait au milieu des conversations de ses domestiques, Saint-Saëns dont la verve musicale s'excitait au milieu de la foule. D'autres exigent des sons agréables, doux, monotones : ils travaillent mieux en entendant faire des gammes sur un piano, sonner les cloches des églises ou simplement le bruit d'un cours d'eau, d'une chute d'un moulin qui tourne, d'une fontaine qui chante toujours la même chanson : elle facilite le travail mental, tout en procurant aux nerveux un apaisement. Quand les sons ou les bruits donnent au musicien des idées musicales, il ne s'agit pas

d'harmonie imitative, ni d'une répétition servile des sons extérieurs, il s'agit d'équivalents musicaux (G. Sand).

Quelques littérateurs ne peuvent œuvrer que dans le bruit. Un ancien et illustre exemple est celui de Montaigne qui dit en parlant de sa verve : « Elle veut être échauffée par les occasions étrangères et fortuites. L'occasion, la compagnie, le branle même de ma voix... tirent plus de mon esprit que je n'y trouve lorsque je le sonde. » Ceci peut dériver d'une habitude prise et devenue tyrannique : un professeur connu ne pouvait faire sa leçon qu'au milieu d'un vacarme infernal ; quand ses auditeurs, des polytechniciens, gardaient le silence, il était incapable de faire même une addition.

Il en est qui excitent leur cerveau par le bruit de la foule. L'habitude tyrannise encore les journalistes qui, durant le début de leur vie, faisaient de la copie la nuit sur une table de café. Ils ne peuvent plus se passer d'un milieu bruyant. Tels Pachon, Verlaine, Théophile Gautier. Ce dernier préparait sa besogne sur l'impériale d'un omnibus. Arrivé devant sa table, il n'avait plus qu'à écrire le mot à mot, comme s'il se fut dicté à lui-même.

Il était capable de répondre à ceux qui lui parlaient. Son cerveau était double. Il avait des absences durant lesquelles il quittait son visiteur, allait dans son grenier, puis revenait comme si de rien n'était et reprenait la conversation (M. Drey-

fous). « Je me suis, avoue-t-il à Goncourt, toujours fait arranger des endroits pour travailler, eh bien, je n'ai jamais rien pu y faire... Il me faut du mouvement autour de moi. Je ne travaille bien que dans le sabbat, si bien que, lorsque je m'enferme pour travailler, la solitude m'attriste.

Toute une catégorie d'intellectuels peuvent travailler au milieu du bruit, parce qu'ils ont la faculté de s'abstraire ; il ne l'entendent pas. Ils ont la faculté de s'isoler et sont tellement pris par leur sujet qu'ils peuvent travailler n'importe où ; ils vivent avec leurs pensées au milieu des leurs ; au milieu de la foule. Qu'ils soient inspirés, ou qu'ils méditent profondément, ils ne sont plus influencés par l'ambiance. Toute sensation semble n'être perçue que par leur moi automate. Ils œuvrent dans le bruit. Ainsi, Leibnitz dans l'auberge de Francfort écrit sa nouvelle méthode pour apprendre et enseigner la jurisprudence ; Stuart Mill méditait dans une rue pleine de monde, s'y dirigeait en état subconscient ; Littré travaillait au milieu de ses enfants. G. Sand était de même, d'après « Manceau, qui l'explique un peu comme un montreur de phénomènes : c'est égal qu'on la dérange... supposez que vous ayez un robinet ouvert chez vous, on entre, vous le fermez... c'est comme cela chez Mme Sand. Oui, reprend Mme Sand, ça m'est égal d'être dérangée par des personnes sympathiques, par des paysans qui viennent me parler (E. de Goncourt) ». Ces génies

mènent simultanément une vie double, l'une automatique qui leur permet de remplir les devoirs sociaux, l'autre intellectuelle, toute au travail. *Quand l'intellectuel est en inspiration, il peut être absorbé en lui-même, au point d'oublier tout ce qui l'entoure.* Rien n'existe pour lui en dehors de son œuvre.

Newton commençait à se lever, puis il lui arrivait de s'asseoir sur son lit, arrêté par quelque pensée : il demeurait ainsi, à moitié nu, pendant des heures, poursuivant le problème qui l'occupait.

Leibniz étudiait pendant des mois entiers et pouvait rester pendant tout ce temps-là sans quitter sa chaise. Il dormait ainsi.

Diderot oubliait souvent les heures, les jours et les mois et jusqu'aux personnes avec lesquelles il avait commencé à causer.

Ils continuent à vivre leur rêve dans les occasions graves, quand les dangers les environnent. Goethe poursuivait ses observations et ses expériences sur la théorie des couleurs, à Valmy, sans se laisser distraire par le tumulte de la bataille, sans même songer que sa vie était en danger. Hegel termina tranquillement la phrénologie de l'esprit à Iéna, le 14 octobre 1806, sans s'apercevoir que la bataille faisait rage autour de lui. Semblable aventure arriva à Socrate au siège de Potidée.

On ne peut s'abstraire ainsi du monde extérieur sans se signaler par quelque bizarrerie, quelque originalité. Les distractions des géniaux sont célèbres

depuis celle d'Archimède qui sortit de son bain et courut comme un fou dans les rues de Syracuse en criant : « Euréka » lorsqu'il trouva le principe du poids des corps plongés dans l'eau, jusqu'à celle d'Ampère qui griffonnait des équations sur le dos d'un fiacre et courait après comme celui-ci démarrait.

A l'opposé et en contraste, d'autres natures exigent l'isolement. Il leur faut le calme, ils ne peuvent travailler que dans la solitude. Ainsi furent Pétrarque, Descartes, Spinoza, Kant, Le Poussin, J.-J. Rousseau, Goethe, Gounod, George Sand, Spencer, Tolstoï, etc... « Ne pas être dérangé, disait Delacroix, sinon on perd le fil de ses idées ». Pour Goethe toute production importante est l'enfant de la solitude ; celles de ses œuvres qui ont eu le plus de succès en sont les filles ; l'art le plus grand est de pouvoir s'isoler (Goethe, *conversations*, t. I, page 176). Il observe « depuis que je me trouvais en contact avec le monde, l'invention ne me manquait pas, mais l'exécution était ralentie ». Comme il éprouvait des difficultés pour écrire *Werther*, il prend une héroïque résolution « il ne sort plus de sa chambre, ne reçoit aucune visite, éloigne de sa pensée tout ce qui n'a pas un rapport direct avec l'ouvrage dont il vient d'arrêter le plan dans son imagination. Après quoi, il se met à écrire sans autre travail préparatoire, et, en quatre semaines, *Werther* était terminé.

Plus près de nous, pour composer, Verdi et Saint-

Saëns s'isolaient dans leur chambre. De Musset, raconte son frère Paul, perdit sa nuit de juin parce qu'il se laissa divertir. Il eut des impressions nouvelles qui effacèrent les anciennes et écrivit : « Il ne faut jurer de rien. »

Pour Gounod il faut que rien ne l'interrompe « Ce serait fait de moi, si je bougeais maintenant ; je sens que j'entre dans l'intime de mon sujet et si je sortais de ma solitude, tout serait à recommencer. En effet « le tourbillonnage, le va-et-vient continu lui tuent les idées ».

Il en est qui réclament la solitude de la campagne. L'histoire de Démosthène est classique. Il se retirait dans une grotte, d'où il ne pouvait rien voir ni entendre qui le détournât de ses exercices. Comme Montaigne, Buffon aimait travailler dans sa tour à Montbard. J.-J. Rousseau méditait dans les champs en plein soleil en herborisant. Pour rompre avec les bruits du dehors, il affectionnait encore de se plonger la tête dans du foin ou encore se boucher les oreilles avec des tampons de ouate.

« La mer, les bois, la nature collaborent à mon œuvre, a dit Gounod ». Un de nos écrivains récents, D^r Esparbès, a bien exprimé ces conditions : « Je n'écris facilement qu'à la campagne devant plusieurs kilomètres de silence. »

D'autres n'y obtiennent pas l'isolement nécessaire ; ils sont fatigués par le paysage, la lumière. Quintilien soutient qu'il est mauvais d'être distrait par le calme des bois, par la campagne, par le mur-

mure des oiseaux. Pline le Jeune tient ses fenêtres fermées le matin ; car le silence et les ténèbres laissent à l'esprit toute sa force ; n'étant pas distrait par les objets extérieurs, il demeure libre et maître de lui-même. « Je ne veux pas assujettir mon esprit à mes yeux, j'assujettis mes yeux à mon esprit. »

Corneille méditait ses tragédies dans une obscurité complète ; Lammennais, Balzac firent de même. Ce dernier méditait ses romans en se promenant la nuit dans les bois de Ville-d'Avray.

Et de Goncourt avoue dans ses *Mémoires*, tome II, page 137 : « A la campagne, le travail m'est presque impossible ; je sens le nuage qui passe, la feuille qui remue, l'eau qui coule, je ne suis plus une pensée ».

Il en est qui pour mieux concentrer leur attention pensent dans l'obscurité.

De ce long exposé, on reconnaît la diversité et l'opposition des modes de travail chez les intellectuels. Quelques données nous permettront d'en tenter l'explication. Une précieuse observation nous est fournie par Boileau (épître VI).

Cependant tout décroît ; et moi-même à qui l'âge
D'aucune ride encore n'a flétri le visage,
Déjà moins plein de feu, pour animer ma voix
J'ai besoin du silence et de l'ombre des bois ;
Ma muse qui se plaît dans leur route perdue
Ne saurait plus marcher sur le pavé des rues.
Ce n'est pas dans ces bois, propre à m'exciter,
Qu'Apollon quelquefois daigne encore m'écouter

Le docteur F. Regnault m'a fourni à ce propos une observation inédite : Je vais voir un ami le philosophe et logicien Louis Favre. Je le trouve en plein après-midi travaillant volets fermés, rideaux tirés dans une chambre obscure à la lueur de l'électricité. Je lui en demande la raison. « Il n'en a pas toujours été ainsi, me dit-il. Etant jeune j'aimais travailler en plein jour ». Il a passé la cinquantaine et maintenant préfère supprimer toute cause de distraction.

L'intellectuel se replie d'autant plus sur lui-même qu'il a moins d'énergie nerveuse à dépenser, que cela tienne à l'âge ou à la santé ou au tempérament. On comprend certaines contradictions apparentes ; les uns aiment le bruit qui les excite, d'autres s'en écartent parce qu'il les fatigue. Le même génie peut user en même temps de ces deux méthodes si opposées. Montaigne qui usait de la compagnie pour tirer les idées de son cerveau, cherchait la solitude quand il sentait l'inspiration. Il quittait alors en courant sa demeure et allait s'enfermer dans une vieille tour où personne ne pénétrait jamais.

Saint-Saëns trouve ses motifs au milieu de la foule, mais pour écrire il s'isole. Les idées viennent par excitation extérieure et travail inconscient. Pour les mettre en œuvre, les classer, les coucher sur le papier, il faut le recueillement et la solitude.

CHAPITRE II

DE L'ÉQUIVALENCE ENTRE L'EXCITANT ET L'ŒUVRE PRODUITE

Que l'excitation d'un sens produise une excitation générale des neurones mentaux, et déclanche leur énergie potentielle, nous nous sommes attachés à le prouver. D'autres faits nous fournissent davantage : l'excitation d'un sens A produit précisément l'excitation des neurones C ou D qui président au travail de l'artiste, et ceux-ci vibrent de même façon que A. L'artiste voit apparaître ainsi son inspiration visuelle s'il est peintre, auditive s'il est musicien, dans la nature et l'ordre des images perçues par A. Des exemples feront mieux comprendre : Un musicien admire un paysage, un coucher de soleil, une fleur, un objet d'art... il traduit de suite son admiration par des sons. Un peintre entend une mélodie, elle lui procure immédiatement des visions de tableaux inédites. Par ce moyen, l'inspiration survient spontanée, inattendue, aisée, abondante, alors qu'auparavant on ne pouvait l'obtenir.

Donc l'excitation d'un sens se transmet au centre spécial développé par l'art qu'on cultive, elle éveille les idées et favorise leur liaison. Ce n'est pas l'éveil

d'une émotion correspondant à l'objet qui se propagerait au centre mental, c'est une transposition d'impressions descriptives.

Prenons le musicien. Il transpose ainsi en sons les perceptions que lui a procurées la vue. Il est, pour employer le langage professionnel, un musicien descriptif. Mendelsohn a ce génie descriptif. « Un bouquet d'œillets et de roses que lui donnait une jeune fille inspira sa première pièce dont le début ressemble à celui de la symphonie écossaise, et sur la marge de son manuscrit, comme pour comparer, Mendelsohn posa les fleurs ».

Pour l'inspirer il n'était pas besoin d'un paysage extraordinaire ; un détail pittoresque et le plus humble y pouvait suffire. Nous avons remarqué, dit un de ses hôtes à quel point les choses de la nature paraissent lui suggérer de la musique. Beethoven fut de même ; sa symphonie pastorale est le type des musiques descriptives (Saint-Saëns). De même Chopin, Weber, etc... Massenet donne des précisions ; il eut la première idée du *Roi de Lahore* en apercevant un simple coffre indien, un coffre de carton où des bayadères nues faisaient des contorsions régulières ; de là, sortit l'air du ballet, puis peu à peu la coupe mélodique de tout l'opéra.

Berlioz lit les vers de la captive de Victor Hugo dans *Les Orientales* et se tournant vers un ami : « Si j'avais là du papier réglé, j'écrirais la musique de ce morceau car je l'entends » (*Mémoire* de H. Berlioz).

Pour Saint-Saëns, la vue d'un paysage, d'un objet

qui lui paraît beau, s'exprime en mélodie. Etant en troisième, en wagon avec couloir communiquant, il eut une inspiration et produisit une œuvre remarquable. Quand il lit des vers qui l'inspirent, il entend une mélodie ; mais c'est par intuition, il ne cherche pas ; il faut une sensation, une situation inattendue. On pourrait en dire de même de beaucoup de découvertes scientifiques faites brusquement par intuition.

Ce n'est pas seulement le sens de la vue qui est efficace. Les artistes produisent ou entretiennent leur inspiration au moyen de musique ou d'odeur qui les charment ; ils se mettent au soleil ou tamisent ses rayons rouges, etc...

CHAPITRE III

LE TAYLORISME DANS LE TRAVAIL INTELLECTUEL

Sans doute la dose d'énergie nerveuse est très variable suivant les intellectuels. Mais si grande qu'elle soit, elle reste toujours limitée (Ostwald), et le talent consiste à savoir l'économiser. Ils cherchent à faire ce que préconise Taylor pour le travail manuel : « Obtenir le maximum de rendement par le minimum de dépense ». Ils sont économes d'énergie, en évitent la dépense stérile. C'est pour le grand nombre une nécessité. Ils sont exceptionnels ceux qui, comme Rabelais, accomplissent leur œuvre en s'amusant, en y employant « d'autre temps que celui qui estoit établi à prendre sa réfection corporelle, scavoir en buvant et mangeant ». Car presque tous peinent à leur tâche, et y usent leurs forces. Pour beaucoup la vie est celle d'un sage ; ils sont sobres, mènent une existence régulière, réglés dans le travail, les distractions et le repos. L'intellectuel qui sait conduire la dépense de son énergie mentale jouit d'un énorme avantage. Beaucoup ignorent cet art ; ils croient leur énergie inépuisable et le gaspillent.

Darwin qui était de faible complexion visa toujours à économiser son énergie organique et mentale ; aussi a-t-il accompli une œuvre immense.

Ce besoin d'économie crée un genre de vie qui semble singulier au vulgaire, qui le choque même. « Ils écartent les importuns, ils se garent de la foule admiratrice et encombrante. Ils ferment leurs portes et exigent la tranquillité ; ils quittent la ville où les snobs veulent les accaparer pour se retirer sous un pseudonyme dans un endroit écarté. » En un mot, ils fuient la société et recherchent la solitude (Schopenhauer).

S'il en est qui sont mondains par intérêt, pour se faire connaître, ou plus simplement pour trouver des documents, beaucoup, comme, Michel-Ange vivent en solitaires. La vie de Goethe est typique à cet égard ; il évitait les conversations oiseuses les besognes en contradiction avec ses goûts, les devoirs mondains, les cérémonies officielles, même celles faites en vue de l'honorer (Goethe, *Conversations*, tome I, page 244... Idem., tome 2, pages 271 et 278). Cette conduite était pour lui de toute nécessité, car lorsqu'il fût soumis aux obligations mondaines de la Cour de Weimar, son génie devint stérile et ne réveilla qu'à son voyage en Italie. Il raconte sur lui-même un acte de défense fort curieux ; à l'incendie du théâtre de Weimar, il fit le malade et garda le lit pour échapper aux compliments de condoléances. Il s'associait avec ceux qui pensaient comme lui, s'éloignait des hommes qui n'avaient

CHAPITRE IV

LES MANIES DES INTELLECTUELS

On distinguera entre les excitants naturels auxquels les intellectuels recourent à juste titre et les manies qu'ils peuvent contracter. Souvent les intellectuels s'imaginent que leurs manies sont indispensables à leur travail et ils les justifient ainsi. Elles n'ont aucune valeur par elles-mêmes ; ils s'accoutument à penser dans un certain milieu, environnés de certains objets, et si ce milieu ou quelqu'un de ces objets vient à manquer, ils sont arrêtés et deviennent impuissants. Il n'est presque pas d'écrivains qui ne possèdent quelques manies ; ils prennent en écrivant un mode d'être, un tic, dont ils ne peuvent ensuite se débarrasser sans éprouver immédiatement un vide cérébral et un arrêt de production. Jules Lemaitre fumait énormément ; « ne fumez plus, lui dit son médecin » ; autre inconvénient bien plus grave ; quand il se mettait à sa table de travail sans cigarette à la bouche, il ne pouvait aligner une seule phrase ; l'acte de fumer lui était devenu indispensable pour écrire. Il prit un moyen terne qui fut de ne fumer qu'en écrivant. Je ne puis écrire, me disait un intellectuel qui

m'a prié de cacher son nom, qu'avec l'encre violette ; « si je change et que je prenne de l'encre noire, écrire me devient impossible » ; et comme cet écrivain se double d'un psychologue, il m'analysait finalement son cas. « L'usage d'une encre nouvelle produit chez moi un centre d'arrêt, une inhibition ; il m'est toujours facile de former des lettres et mon centre moteur des mouvements des doigts est intact, mais il y a arrêt dans la production des idées. »

C'est une habitude assez fréquente chez les écrivains que celle de ne pouvoir travailler qu'en compagnie de chats ou de chiens. Théophile Gautier, Beaudelaire, François Coppée ne pouvaient travailler qu'en présence de chats ; Gautier en avait jusqu'à 12 et 15 ; Léon Cladel travaillait en sabots, avec ses chiens, dans un grenier ; par intervalles, il marchait en compagnie de ses chiens.

D'autres ont la manie d'une toilette raffinée : Buffon était dans ce cas. Brierre de Boismont rapporte à ce propos l'histoire suivante : « La presse a publié des mandement d'un prélat dont les opinions ont été fortement critiquées, mais auquel il est impossible de refuser une grande élévation de pensée, un style nerveux et coloré, une logique pressante. Parvenu à un âge très avancé, il écrit encore avec la vigueur de l'âge mûr. Quant il prépare son sujet, il se coiffe d'un turban, se drape dans une robe de chambre à ramages éclatants, parcourt toutes les parties de son palais avec la vivacité d'un jeune homme, distribuant des poignées de mains à tous

ses hôtes, jeunes et vieux, et, lorsqu'enfin la lumière s'est faite dans son esprit, il s'écrie : « Je tiens l'idée, » et rentre dans son appartement mettre la dernière main à sa composition. »

Il faut se méfier des récits faits par les intellectuels eux-mêmes ; ils mentent souvent, soit pour se faire de la réclame, soit pour « épater » le philistin et poser pour la galerie, soit simplement parce qu'ils sont mythomanes. On a parlé du costume de Balzac, de ses manières. George Sand rappelle qu'elle l'a une plus d'une fois en plein jour, travaillant comme tout le monde ; sans excitants, sans costume, sans aucun signe d'enfantement douloureux, riant dès l'abord, le teint fleuri (G. Sand *Histoire de ma vie*).

Il faut aussi savoir écarter les cancans, les calomnies, les légendes fausses. Beaucoup d'histoires qu'on a racontées sur les intellectuels sont controuvées ; on ne prête qu'aux riches. On doit être très méfiant sur ce point et ne pas accepter à la légère tous les récits. Je tire un exemple des peintres célèbres de l'école flamande. A en croire deux anciens biographes hollandais, Houbracken et de Campo Weyerman, presque tous les contemporains obscurs de Rubens, Pepyn, Janssens, etc... ont été des intriguants que l'envie précipita dans l'ivrognerie et la misère. Les archives anversoises ont réfuté en grande partie ces calomnies.

Adrien Brauwer, qui peignit des scènes de cabarets passe pour un ivrogne et un batailleur. L'obs-

curité qui couvre ses faits et gestes ouvre la porte aux fantaisies les plus exagérées. Mais ce qu'on sait plaide en sa faveur. Brauwer paya très régulièrement sa cotisation à la société de rhétorique dont il était membre. Brauwer mourut jeune, épuisé par la débauche, affirment ses détracteurs. Il serait surprenant qu'un artiste ait passé sa vie à boire et à s'amuser eût laissé une œuvre si importante et si finement observée. Il n'a peint que pendant une dizaine d'années et nous avons encore 85 de ses tableaux. Que ces deux peintres aient été quelque peu bohêmes, qu'ils aient abusé plus ou moins de la bière, on peut le supposer ; mais de là à les assimiler aux brutes ivres et querelleuses qu'ils ont représentées, il y a un abîme (Wauters):

CONCLUSIONS

1° Les intellectuels ont tout intérêt à connaître et à employer les excitants naturels du cerveau, à les substituer aux excitants artificiels, aux narcotiques dont ils abusent trop souvent.

2° Ces excitants s'adressent à nos sens. Parmi les intellectuels, les uns s'excitent par la lumière et la chaleur, les autres par le son, quelques-uns par les odeurs. Beaucoup usent des exercices physiques ou simplement de la marche.

3° La dose utile de ces excitants naturels varie suivant l'âge, le tempérament, etc. D'où une infinie variété dans les observations que l'on relève à ce sujet.

4° L'excitation d'un sens chez l'artiste peut non seulement provoquer l'inspiration, mais déterminer le sens dans lequel elle va se produire. On a fait cette observation chez le musicien descriptif.

5° Il faut encore savoir économiser son énergie nerveuse. Le taylorisme dans le travail intellectuel est jusqu'à présent resté une pratique individuelle et empirique.

6° Dans l'étude des excitants intellectuels, il faut savoir séparer les manies si fréquentes chez les intellectuels. Il faut également écarter leur calomnies, les légendes qu'on crée et même les mensonges que quelques-uns débitent sur eux-mêmes.

Vu : Le Président de la thèse
ACHARD

Vu : Le Doyen,
ROGER.

Vu et permis d'imprimer :
Le Recteur de l'Académie de Paris,
CHARLÉTY

BIBLIOGRAPHIE

- Bellaigae (Camille)*. — Impressions musicales et littéraires. Paris, 1900.
- Portraits et silhouettes de musiciens. Paris, 1896.
- Psychologie musicale. Paris, 1893.
- Berlioz (Hector)*. — Correspondance inédite, 2^e édition, Paris 1879.
- Cap*. — Biographie chimique. Rouelle, Paris, 1842. (Extraits du Journal de Pharmacie et de Chimie).
- R. Boyle. Paris, 1856.
- Darwin (Francis)*. — La vie et la correspondance de Charles Darwin. Paris, 1888, 2 volumes.
- Dreyfous*. — Ce que je tiens à dire. Un demi-siècle de choses, vues et entendues, 1862-1872. 4^e édition. Paris, 1912.
- Goethe*. — Entretiens de Goethe et d'Eckermann. Paris, 1862.
- Conversations de Goethe pendant les dernières années de sa vie, 1822-1832, recueillies par Eckermann. Paris, 1862, 2 volumes.
- Golfan*. — Balzac en pantoufles. Paris, 1865, P. 44.
- Goncourt*. — Journal des Goncourt. Paris, 1887-1896, 9 volumes.
- Michelet (Jules)*. — Ma jeunesse. Paris, 1884.
- Michel de Montaigne*. — Essais.
- Pline (le Jeune)*. — Lettres, livre IX, lettre 36.
- Quintilien*. — L'Institution oratoire.

Sand (G.) — Histoire de ma vie. Paris, nouvelle édition; 1893,
t. IV, p. 146.

Staël (Mme de). — Mémoires (nouvelle édition), précédée d'une
notice sur sa vie et ses ouvrages, par Mme de Saus-
sure Paris, 1861, p. 172, 173.

Zimmermann. — Traité de la solitude, 1750, p. 175, 176.

7718 — Imp. de la Faculté de Médecine, Jouve et Cie, 15, Racine, Paris. — 6-1927



